

**TERAPI HIPNOQRAN SEBAGAI UPAYA MENGURANGI TRAUMA
PERCERAIAN SEORANG *SINGLE PARENT* DI PRAPEN SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana

Sosial

(S.Sos)



Dosen Pembimbing:

Drs. Abd. Basyid

Oleh:

RAMADHANI

NIM: B53215057

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2019

PERNYATAAN

PERTANGGUNGJAWABAN PENULISAN SKRIPSI

Bimillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Ramadhani
NIM : B53215057
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat : Jl. Poros Pinrang-Polman Desa Binanga Karaeng Kec.
Lembang Kab. Pinrang Sulawesi Selatan

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa :

1. Skripsi ini tidak pernah dikumpulkan kepada lembaga pendidikan tinggi manapun untuk mendapatkan gelar akademik apapun.
2. Skripsi ini adalah benar-benar hasil karya saya secara mandiri bukan merupakan hasil plagiasi atas karya orang lain.
3. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini sebagai hasil plagiasi, saya akan bersedia menanggung segala konsekuensi hukum yang terjadi.

Surabaya, 04 Februari 2019

Yang menyatakan,



Ramadhani

NIM. B53215057

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nama : Ramadhani
NIM : B53215057
Program Studi : Bimbingan dan konseling Islam
Judul : Terapi Hipnoquran Sebagai Upaya Mengurangi Trauma
Perceraian Seorang *Single Parent* di Prapen Surabaya

Skripsi ini telah diperiksa oleh dosen pembimbing untuk diajukan.

Surabaya, 06 Februari 2019

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing,


Drs. Abd. Basyid

NIP . 19600901990031002

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi oleh Ramadhani ini telah dipertahankan di depan

Tim Penguji Skripsi

Surabaya, 06 Februari 2019

Mengesahkan,

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Dekan,



Dr. H. Abd. Halim, M. Ag
NIP. 1963072519910331003

Penguji I

Drs. Abd. Basyid

NIP. 196009011990031002

Penguji II

Dr. Agus Santoso, S.Ag. M. pd
NIP. 197008251998031002

Penguji III

Drs. H. Cholil, M.Pd.I
NIP. 196506151993031005

Penguji IV

Dr. Abd. Syakur, M. Ag
NIP. 196607042003021001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : RAMADHANI
NIM : BS3215057
Fakultas/Jurusan : DAKWAH DAN KOMUNIKASI / BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
E-mail address : ramadhaniuisa@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Terapi hipnoterapi sebagai upaya mengurangi Trauma
Perceraian Seorang Single Parent di Praper Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 14 Februari 2019

Penulis


(Ramadhani)
nama terang dan tanda tangan

kedua juga ketidaksetiaan suami ketiga yang lebih memilih Negeri Jiran dibandingkan sang istri.

2. Takut dan cemas, perceraian yang terjadi antara klien dengan ketiga mantan suaminya membuat klien merasa takut dan cemas. Saat peneliti melakukan wawancara terlihat jelas dari raut wajah yang memerah dan mata berkaca-kaca menandakan bahwa klien masih merasakan ketakutan dan kecemasan. Akan tetapi, klien tetap bersi kukuh untuk tidak membuka hati kepada lawan jenis yang berniat menjadi pendamping hidupnya lantaran masih terbayang-bayang masa lalunya.
3. Berupaya melupakan peristiwa itu, sangat terlihat dari keseharian Santi yang berusaha tersenyum untuk menutupi luka hatinya. Ia memasang topeng agar orang lain tidak tau apa yang sedang dirasakannya. Pertama kali peneliti bertemu klien, klien sendirilah yang tiba-tiba mengungkapkan peristiwa kelam yang pernah terjadi pada dirinya, dan ketika bercerita klien menangis menandakan bahwa perceraian sangat melukai hatinya.
4. Menghindari apapun yang berhubungan dengan peristiwa itu, trauma perceraian yang dialami klien berhubungan dengan pria. Klien berusaha menghindar ketika beberapa pria mendekatinya dengan maksud ingin menjalin hubungan serius.
5. Sulit percaya dengan orang lain, klien menganggap semua orang memiliki kemungkinan yang sama untuk menyakitinya. (menutup diri). Rasa sakit, kecewa, dan khawatir belum bisa ia hilangkan dari

pikirannya. Setiap kali mendengar atau dihadapkan pada sesuatu yang berkaitan dengan masa lalunya klien berusaha bersikap masa bodo, akan tetapi klien tetap tidak bisa memungkiri apa yang ia rasakan.

Trauma yang melekat dalam alam bawah sadar klien membuat pikiran dan tingkah lakunya dikendalikan oleh trauma tersebut. Keikhlasan, kesabaran dan tawakkal memang harus dimiliki oleh klien agar perlahan trauma itu bisa berkurang. Peneliti berusaha membantu klien untuk memiliki sifat-sifat tersebut dengan cara melakukan terapi hipnoterapi yakni memadukan antara hipnoterapi dan terapi Al quran.

Adapun penyebab trauma yaitu klien pernah dikhianati oleh ketiga mantan suaminya. Hal ini membuat hilangnya rasa percaya pada orang lain terutama pria. Untuk mengurangi trauma klien Islam memiliki solusinya yaitu kembali kepada Al quran. Al quran merupakan penyembuh (*syifa*) atau terapi.

Terapi Al quran diibaratkan dengan cara membaca beberapa ayat pada orang sakit berdasarkan doa-doa yang telah ditetapkan dengan mengulang-ulang pembacaan tersebut diharapkan dapat menyembuhkan orang tersebut. Disamping itu, treatment yang diberikan berupa bacaan Al quran, sedangkan bacaan Al quran sendiri terdiri dari dua hal yaitu Suara yang dibaca oleh terapis dan arti yang terkandung dalam ayat tersebut. Pada dasarnya, suara tersebut dapat berefek cukup besar terhadap sel anggota

penelitian dan teknik pengumpulan data, teknik analisis data, teknik keabsahan data dan terakhir sistematika pembahasan).

Bab kedua, tinjauan pustaka. Membahas kajian teoritik dari beberapa referensi dengan bahasan tentang terapi hipnoquran meliputi, (pengertian terapi, pengertian Al quran, pengertian hipnosis dan hipnoterapi, pengertian hipnoquran. Selanjutnya perceraian meliputi (pengertian perceraian, perceraian menurut hukum Islam, dampak perceraian, psikologis keluarga bercerai, macam-macam perceraian meliputi (talak sunnah, bid'i, raj'i, ba'in, dan tidak boleh ada Al-muhallil. Terakhir trauma meliputi (pengertian trauma, faktor penyebab trauma) adalah, faktor internal dan faktor eksternal, adapun jenis-jenis trauma meliputi (trauma psikologis, neurosis, psychosis, dan trauma diseases).

Bab ketiga, penyajian data. Bab ini berisi deskripsi umum objek penelitian, meliputi (lokasi penelitian, deskripsi konselor atau terapi terdiri dari identitas konselor dan pengalaman konselor). Selanjutnya deskripsi hasil akhir meliputi (proses dan langkah-langkah konseling terdiri dari, identifikasi masalah, assesment, identitas hasil assesment, diagnosis, prognosis, treatment, evaluasi dan follow up). Adapun proses terapi meliputi (pre induction talk, induksi, deepening, suggestion, dan termination). Terakhir jadwal terapi dan hasil terapi.

Bab keempat, analisis data. Bab ini meliputi (analisis hasil temuan yang diperoleh terkait proses terapi hipnoquran dan analisis hasil akhir terapi hipnoquran dalam menangani trauma perceraian).

bahwa pendengaran adalah indra yang paling penting. Menurut pendapatnya bahwa “telinga adalah organ yang paling vital dalam segala aktivitas yang berhubungan dengan keseharian”. Peneletianya membuktikan bahwa indra pendengaran mempunyai hubungan terhadap sebuah anggota badan. Karena semua hal yang berkaitan dengan keseimbangan indrawi bergantung di telinga. Sedangkan telinga secara khusus mempunyai konektivitas dengan seluruh anggota badan seperti hati dan lain sebagainya.

Seorang tokoh dari swiss, pada tahun 1960 , Hans Jenny ia berpendapat bahwa “suatu suara mempunyai efek berbeda, karena di setiap sel dari raga manusia mempunyai suara yang khas dan tersusun dengan teratur”. Pada tahun 1974 peneliti Maman Fabien dan Joel Stenheimer menemukan bahwa “disetiap bagian dari tubuh manusia mempunyai cara kerja masing-masing yang mirip struktur fisika”.

Setelah beberapa tahun Fabien dan Grimal seorang peneliti lain menemukan bahwa “suara dapat berefek pada sel-sel khususnya sel kanker”. Sedangkan suara tertentu dapat berefek lebih kuat terhadapnya. Banyak ilmuan dibuat takjub dengan suara yang dapat memberikan efek besar bagi sel seseorang adalah suaranya sendiri. seorang musisi dunia Fabien mengamati darah yang sehat, kemudian diperdengarkan macam-macam suara dan ditemukan bahwa “dalam setiap tangga lagu yang didengarkan mempunyai efek dengan terbentuknya gaya elektromagnetik bagi sel tersebut”.

selalu bertengkar. Anak akan merasa malu kepada teman-temannya bila ketahuan ayah ibunya terlalu banyak berdiskusi. Rasa rendah diri, malu, rasa tidak berharga dan lain-lain dapat saja menghinggapi anak tersebut.

Anak yang ditinggalkan orang tuanya bercerai juga merasakan dampak negatif. Anak akan mengalami kebingungan harus ikut siapa, yaitu apakah ikut ayah atau ibu. Anak tidak dapat melakukan proses identifikasi pada orang tua, akibatnya tidak ada contoh positif yang ditiru. Secara tidak langsung, anak mempunyai pandangan negatif (buruk) terhadap pernikahan dan beranggapan bahwa orang dewasa itu jahat, egois, tidak bertanggungjawab dan hanya memikirkan diri sendiri.

Kalau sudah menjadi orang dewasa, mereka akan merasa takut mencari pasangan hidupnya, takut menikah sebab merasa dibayang-bayangi kekhawatiran jika perceraian itu juga akan terjadi pada dirinya. Ketakutan atau kekhawatiran tersebut adakalanya benar-benar terjadi menimpa diri seseorang. Akibatnya, hidup dalam pernikahan berakhir dengan perceraian juga. Akan tetapi, adakalanya tidak terjadi perceraian, hal ini sebenarnya bergantung pada diri individu yang bersangkutan.

Namun, yang jelas perceraian orang tua akan mendatangkan perasaan traumatis bagi anak-anak. Anak kecil yang tak memperoleh cinta dan kasih sayang orang tuanya, takkan pernah merasakan nikmatnya cinta dan sayang. Ia takkan pernah merasakan manisnya senyum dan tawa penuh kasih kedua orang tuanya, hal ini dapat dipastikan, akan mengganggu kestabilan jiwanya. Seperti hampa atau membawa masalah kejiwaan bagi anak di masa yang akan datang.

Dampak lebih jauh dari problem kejiwaan ini mungkin akan memunculkan berbagai macam kasus, seperti bunuh diri, *brokent home*, tindakan

dilakukan, peneliti kemudian mengetahui bahwa klien mengalami trauma perceraian dengan gejala sebagai berikut:

- a. *Flashback*, timbul ingatan kelam “*jangan-jangan kejadian serupa akan terjadi lagi*” kalimat ini yang sering diulang-ulang oleh klien. Ingatan kelam itu berupa perselingkuhan yang dilakukan oleh suami pertama dan kedua, klien juga merasa kecewa dengan ketidaksetiaan suami ketiga yang lebih memilih Negeri Jiran dibandingkan sang istri.
- b. Takut dan cemas, perceraian yang terjadi antara klien dengan ketiga mantan suaminya membuat klien merasa takut dan cemas. Saat peneliti melakukan wawancara terlihat jelas dari raut wajah yang memerah dan mata berkaca-kaca menandakan bahwa klien masih merasakan ketakutan dan kecemasan. Akan tetapi, klien tetap bersi kukuh untuk tidak membuka hati kepada lawan jenis yang berniat menjadi pendamping hidupnya lantaran masing terbayang-bayang masa lalunya.
- c. Berupaya melupakan peristiwa itu, sangat terlihat dari keseharian Santi yang berusaha tersenyum untuk menutupi luka hatinya. Ia memasang topeng agar orang lain tidak tau apa yang sedang dirasakannya. Pertama kali peneliti bertemu klien, klien sendirilah yang tiba-tiba mengungkapkan peristiwa kelam yang pernah terjadi pada dirinya, dan ketika bercerita klien menangis menandakan bahwa trauma perceraian sangat melukai hatinya.
- d. Menghindari apapun yang berhubungan dengan peristiwa itu, trauma perceraian yang dialami klien berhubungan dengan pria. Oleh karena itu klien berusaha menghindar ketika beberapa pria mendekat dengan niat menjadi pendamping hidupnya.

orang-orang di sana lembut, ramah dan memang terlihat dari kepribadian Santi. Mengenai budaya celurit yang sering dibicarakan orang, itu hanya terdapat di desa lain.

Klien tinggal di Bangsal desa Gunung Ele. Sejak lahir ia tetap tinggal di kampung tersebut, setelah menikah ia baru pindah ke Surabaya bersama suami pertamanya juga satu desa untuk menyambung hidup. Sekitar 20 tahun berumah tangga dengan suami pertama kejadian yang tidak diinginkan terjadi yaitu perceraian. Dua tahun setelah cerai Santi menikah lagi dengan suami kedua, dan pernikahannya bertahan selama 8 tahun. 2 tahun menikah dengan suami ketiga akhirnya cerai lagi dan sekarang sudah 3 tahun lebih klien hidup tanpa pasangan.

Setelah bercerai dari suami pertama ia tidak menangis karena saat itu ia belum menegerti arti cinta, intinya suami mendapat respon positif dari orang yah saya juga akan demikian. Berbeda dengan peristiwa perceraian suami kedua ia merasakan kesedihan mendalam karena suami kedua sangat perhatian, mencintai klien dan keluarganya dan saat itulah dia merasakan arti cinta kepada lawan jenis. Kondisi batin pasca bercerai dengan suami ketiga biasa-biasa saja karena cyang ia cintai hanyalah suami kedua, banyak kenangan yang sulit terlupakan, kasih sayang dan cinta kepada suami keduanya, suami ketiga belum sempat ia cintai layaknya suami kedua klien.

Klien terus berkata “sampai sekarang saya dan suami kedua masih sama-sama suka dan sayang. Delapan tahun bukan hal yang singkat bagi klien, dia orang baik tapi yang namanya bukan jodoh mau gimana lagi tetap harus berpisah. “. Sampai sekarang masih ada ketakutan untuk berumah tangga lagi, anak-anak saya sudah besar takutnya ia tidak mau membiayai anak-anak saya, dia juga belum tentu bisa menerima orang tua saya begitupun sebaliknya. Sekarang orang

2	Assesment (menggali gejala apa saja yang dialami klien saat proses penggalan data)	Dengan menggunakan observasi dan wawancara konselor sangat mudah menggali data klien dan sumber sekitar yaitu pekerja klien. Sehingga konselor mampu menemukan beberapa gejala traumatik yang telah lama terpendam yang berdampak pada perilaku klien.
3	Identitas hasil assesment (penggalan identitas klien secara mendalam)	Konselor menggali data dengan wawancara mendalam kepada klien sehingga menghasilkan informasi mengenai latar belakang keluarga yang mana ini juga merupakan salah satu pemicu terjadinya perceraian yaitu rendahnya tingkat pendidikan klien dan keluarga. Klien juga menceritakan budaya Madura dan perlahan klien sangat terbuka sehingga menceritakan peristiwa traumatiknya yaitu perceraian yang dilakukan oleh ketiga mantan suaminya.
4	Diagnosis (menetapkan masalah)	Melalui assesment yang dilakukan konselor dengan menemukan beberapa gejala trauma, maka dapat disimpulkan bahwa klien mengalami trauma akibat perceraian yang dilakukan ketiga mantan suaminya.
5	Prognosis (menetapkan jenis bantuan)	Dengan masalah trauma perceraian yang dialami klien, dalam hal ini peneliti menetapkan pengobatan atau terapi hipnoquran untuk membantu mengurangi dan menghilangkan trauma tersebut secara maksimal.
6	Treatment (memaparkan proses bantuan atau terapi yang dilakukan)	Jenis bantuan atau terapi yang digunakan adalah hipnoquran sebagai upaya mengurangi trauma perceraian yang dialami klien. Dengan melakukan tiga kali terapi yang terjadwal, klien maupun terapis berwudhu dan berdoa sebelum terapi dilaksanakan, maka peneliti berharap adanya perubahan mulai dari terapi pertama sampai terakhir pada klien.
7	Evaluasi (memaparkan hasil terapi)	Pada tahap ini sudah terlihat gejala-gejala yang perlahan mulai berkurang setelah dilakukan terapi seperti, tubuh dan pikiran klien terasa ringan, bayangan mengenai peristiwa traumatik perlahan menghilang, mulai bisa memaafkan ketiga mantan suami dan mampu membuka hati untuk pria lain.
8	Follow up	Follow up merupakan langkah terakhir dari proses konseling. Adapun follow up yang ditawarkan konselor yaitu, melakukan kontrol terhadap perkembangan klien minimal dua kali seminggu, mendoakan klien agar segera dipertemukan dengan jodoh yang terbaik dan mengajak klien berjamaah di pondok dan mengikuti kajian yang bertujuan untuk menambah ilmu

5	Merasa rendah diri, gagal dan kepercayaan diri menurun			√		√	
6	Merasa kesepian dan sering berpikir negatif terhadap pria			√		√	
7	Jantung berdebar kencang dan nafas terasa sesak saat dihadapkan pada peristiwa yang berhubungan dengan peristiwa traumatik			√			√
8	Merasa tidak mampu menjadi istri yang baik	√				√	
9	Saat bercerita tentang kejadian traumatik mata sering berkaca-kaca			√		√	
10	Sering mengingat suami kedua			√			√

Tabel 3.6 Perbedaan Kondisi Klien Sebelum dan Sesudah Terapi Kedua

No	Indikator	Sebelum Terapi			Setelah Terapi		
		TP	KD	SR	TP	KD	SR
1	Merasa takut, marah, sedih kecewa, sakit hati dengan peristiwa traumatik		√			√	
2	Berusaha melupakan peristiwa tersebut		√			√	
3	Mengalami <i>flashback</i> kejadian traumatik apabila dihadapkan dengan kondisi yang persis dengan kejadian traumatiknya.			√			√
4	Merasa sulit membuka hati untuk laki-laki yang ingin menjadi pasangan hidupnya		√			√	
5	Merasa rendah diri, gagal dan kepercayaan diri menurun		√			√	
6	Merasa kesepian dan sering berpikir negatif terhadap pria		√			√	
7	Jantung berdebar kencang dan nafas terasa sesak saat			√			√

Saat ini klien mampu membuka hati untuk pria yang ingin menjadi pendamping hidupnya. Perspektif negatif klien tentang pria sudah berubah setelah dilakukan terapi. Kepercayaan diri juga sudah kembali pada diri klien dan tidak lagi merasa rendah diri apalagi menyalahkan diri atas peristiwa yang menimpanya.

Jantung berdebar dan napas sesak tidak ada lagi saat pemberian terapi ketiga atau terakhir. Terapis bisa melihat dari *body language* klien ketika terapis memunculkan kejadian trauma dalam bayangan klien. Dan saat terapis meminta testimoni pada sesi akhir terapi kepada klien, terapis bisa melihat keceriaan dan kebahagiaan di wajah klien sehingga tidak ada lagi mata yang berkaca-kaca saat menceritakan kejadian traumatik.



